

**Фарапонова О.В.**

## **Проблема изучения психологической устойчивости личности\***

Одной из больших проблем, стоящих перед психологами различных направлений науки, является проблема изучения психологической устойчивости личности. Эта проблема особенно актуальна в настоящее время, когда человеку предъявляются повышенные требования к осуществлению физических и эмоциональных нагрузок. Изучение профессиональной устойчивости необходимо во многих профессиональных сферах. Человеку нередко приходится выполнять профессиональную деятельность при дефиците времени, даже в опасных условиях, преодолевая страх и другие негативные эмоции.

К сожалению, несмотря на большую практическую значимость, на сегодняшний день в науке понятие психологической устойчивости остается недостаточно определено.

К авторам, которые проводили анализ разработки этой проблемы, можно отнести В.С. Бердникова и Е.С. Каузурову [1]. В частности, они говорят о наличии разнообразных видов устойчивости, выделенных в психологической литературе: стрессоустойчивость, устойчивость к травмирующим ситуациям, устойчивость к неопределенности, помехоустойчивость, устойчивость к нарушению норм и границ, устойчивость к конфликтному поведению и т.д. Незавершенность данной проблемы проявляется в том, что понятие психологической устойчивости достаточно многогранно и неконкретно. Авторы подчеркивают, что, на первый взгляд, ясное понятие стрессоустойчивости при поверхностном анализе наполняется множеством различных смысловых оттенков и уточняющих терминов. В частности, одним из аспектов данной проблемы является выявление различий между эмоциональной устойчивостью и эмоционально-волевой устойчивостью. Возникает необходимость разобраться в том, что такое эмоциональная стабильность и фрустрационная толерантность, способность к самоконтролю и способность к произвольной регуляции функциональных состояний. Перечисленные определения имеют разный инструментарий для измерения и, чтобы не ошибиться, психологам приходится придумывать свой инструментарий, как и свое определение.

В то время, как данная проблема остается открытой, в психологической науке существуют различные направления и взгляды на понимание психологической устойчивости. Одно из направлений в психологии связано с развитием проблемы толерантности. В рамках этого направления толерантность рассматривается как одна из сторон (граней) психологической устойчивости личности. Термин «толерантность» означает отсутствие или ослабление реагирования на какой-либо неблагоприятный фактор в результате снижения чувствительности к его воздействию [10].

\* Материалы представлены научным руководителем – зав.кафедрой психологии образования Института педагогики и психологии ЮФУ, доктором психологических наук, профессором А.К. Белоусовой



Термин аффективная толерантность встречается у представителей психоаналитического направления психологии, которые изучают возможности для увеличения уровня терпимости к болезненному аффекту [3, 7].

Среди теорий зарубежных психологов большой интерес для проблемы психологической устойчивости представляет концепция психотравмы Р. Яноф-Бульмана [2], согласно которой условием возникновения состояния дезинтеграции личности при воздействии психотравмы считаются непродуктивные базисные убеждения, касающиеся позитивного «Я-образа», доброжелательности окружающего мира и формирования иллюзии собственной неуязвимости.

В общем смысле психологическая устойчивость связана с отсутствием дезорганизации поведения или категорией сохранения структуры деятельности, сохранением мотивации, реализации целей и рационального мышления, а также правильным проведением в жизнь необходимых схем [9, 10], а также отражается в активности личности и интенсивности потребности в перестройке или адаптации организма [4].

В.В. Нечипоренко, В.М. Лыткин, А.Г. Сениченко [5], изучающие психологические последствия войны у военнослужащих, выделяют в качестве структурных компонентов психологической устойчивости личности: эмоциональный, волевой, интеллектуальный. По их мнению, эти компоненты занимают в психологической устойчивости различные «ранговые места» в зависимости от характера деятельности и зависят от конкретных внешних причин, дезорганизующих деятельность (обстановка, поставленная задача и т.д.), и внутренних причин - индивидуальных особенностей воина (состояние, возможности, мотив и т.д.).

Различные взгляды психологов на проблему изучения психологической устойчивости позволяют сделать вывод о том, что психологическая устойчивость в отечественной психологии в общем смысле определяется как целостная характеристика личности, обеспечивающая устойчивость к фрустрирующему и стрессогенному воздействию трудных ситуаций [6], и проявляющаяся в сохранении структуры деятельности [9, 10].

Исходя из обозначенной проблемы, мы предлагаем исследовать психологическую устойчивость в системе личностных качеств и индивидуальных особенностей в соответствии с ее структурными компонентами.

### Литература

1. Бердников В.С., Казурова Е.С. Первичный отбор кандидатов на службу в ОЧН.// Психологическое обеспечение деятельности сотрудников отделов специального назначения: сборник методических рекомендаций и статей пенитенциарных психологов. Раздел 1. психологический отбор сотрудников в ОЧН УИС Минюста России. – М.: ГУИН МЮ РФ, НИИ УИС МЮ РФ, 2004.- С. 5 – 50.
2. Калмыкова Е.С., Падун М.А. Качество привязанности как фактор устойчивости к психической травме // Журнал практической психологии и психоанализа, 2002, №1. – <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=200020106>.



3. Кристал Г. Аффективная толерантность // Журнал практической психологии и психоанализа 2001, №3. - <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20010307.ь>
4. Марищук В.Л., Евдокимов В.И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса – СПб.: Издательский дом «Сентябрь», 2001 – 260 с.
5. Нечипоренко В.В., Лыткин В.М., Синенченко А.Г. Диагностика расстройств личности у военнослужащих // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. Бехтерева. 2004. Т.01/№, №2.- <http://www.consilium-medicum.com/media/bechter/04>.
6. Сафонов В.Р. Профилактика психологических потерь // Психологическое обеспечение деятельности сотрудников отделов специального назначения: сборник методических рекомендаций и статей пенитенциарных психологов. Раздел 3. Психологическое сопровождение сотрудников ОЧН в экстремальных ситуациях. – М.: НИИ УИС МЮ РФ, 2004 – С. 90 – 97.
7. Тарабрина Н.В. Основные итоги и перспективные направления исследований пост-травматического стресса. // Психологический журнал, 2003, том 24, №4. С. 8-17.
8. Фезлиева Х.З., Ибрагимов К.И. Опыт работы психологической службы УИС Минюста России по Республике Дагестан // Психологическое обеспечение деятельности сотрудников специального назначения: сборник методических рекомендаций и статей пенитенциарных психологов. Раздел 2. Психологическая подготовка сотрудников ОЧН к действиям в экстремальных условиях. – М.: ГУИН МЮ РФ, НИИ УИС МЮ РФ, 2004. – С. 126 – 149.
9. Цымбал Д.С. Ноздрин М.В. Психологическое сопровождение выполнения служебно-боевых задач сотрудниками БОСН «Россы» // Психологическое обеспечение деятельности сотрудников отделов специального назначения: Сборник методических рекомендаций и статей пенитенциарных психологов. Раздел 3. Психологическое сопровождение сотрудников ОЧН в экстремальных ситуациях. – М.: ГУИН МЮ РФ, НИИ УИС МЮ РФ, 2004. – С. 39 – 42.
10. Шапарь В.Б. Новейший психологический словарь / В.Б. Шапарь, В.Е. Россоха, О.В. Шапарь; под общ. ред. В.Б. Шапаря. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 808 с.